

きゅうしょくだより



2026, 9, 30 札幌市立東川下小学校

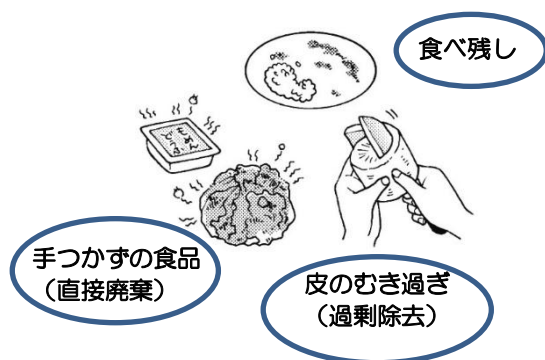
月	火	水	木	金
10月の献立 - 牛乳は、毎日つきます。 - 果物は、変更になる場合があります。 - ししゃもやしらす干しなどの小魚、わかめ等には、甲殻類が混入している場合があります。			1 和風そばろごはん みそ汁 (大根、油揚げ) 揚げ エビシューマイ	2 肉うどん ごまだんご
5 チキンウインナー ライス ちくわ チーズつめ揚げ フルーツカクテル	6 玉ねぎの かき揚げ丼 みそ汁 (小松菜、たもぎ) みかん	7 ロールパン オニオンポタージュ ユ イカフライ コールスロー サラダ	8 白飯 スンドゥブチゲ ひじき春まき たたききゅうり	9 五目うどん フレンチポテト りんご
12 スポーツの日 	13 とりめし みそ汁 (豆腐、小松菜) ぶりの南部揚げ	14 揚げパン ポテトスープ あさりの パスタサラダ	15 豚ミックス丼 みそ汁 (ごぼう、大根) みかん	16 カレーラーメン シナモンポテト パイン缶
19 中華おこわ 北海道ブリカツ おひたし	20 厚揚げ入り 肉炒め丼 みそ汁 (キャベツ、油揚げ) 温州みかんゼリー	21 どさんこ フードマスター④ くろコッペパン ブロッコリーと コーンのシチュー チキンナゲット キウイ	22 カレーライス 大根サラダ	23 みそバター コーンラーメン きなこポテト パイン缶
26 わかめごはん みそ汁 (厚揚げ、小松菜) チキンカツ	27 白飯 豆腐の中華煮 揚げ ポークシューマイ ナムル	28 横割りバンズパン イタリアンスープ 十勝大豆コロッケ フルーツミックス	29 白飯 きのこ汁 豚肉の バーベキューソース のりの佃煮	30 パスタ ミートソース 厚揚げサラダ

10月の「どさんこフードマスター」は 21日(水)のブロッコリーです

今月は「ブロッコリー」がはいったクリームシチューです。
ブロッコリーについての動画を見て、給食で味わい道産食材について学びます。



食品ロスを減らそう！



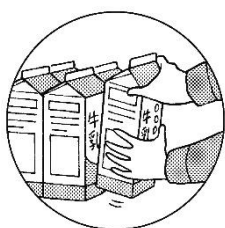
食べられるのに捨てられている日本の食品ロスの量は、年間461万トン（令和6年度推計）です。これは、1年間に1人あたり、お茶わん250杯分のご飯を捨てていることになります。家庭から出る食品ロスの発生要因は、「食べ残し」、「手つかずの食品（直接廃棄）」、「皮のむき過ぎ（過剰除去）」などがあります。食品ロスが増えると、ごみの処理に多額の費用がかかり、可燃ごみとして燃やすことでCO2の排出量が増えるなどさまざまな悪影響があります。大切な食べ物を無駄にしないために、一人ひとりが食品ロスの問題に向き合う必要があります。

今日からできる食品ロスを減らす方法

＜一人ひとりの小さな工夫が大きな削減につながります＞



残さず食べる



すぐに使うなら、手前の商品を買う



買い過ぎを防ぐ



期限表示を正しく理解する



きゅうしょくで学ぼう！食べる楽しさ 大切さ 第47回 学校給食展

＜日時＞

令和8年10月10日（土）
11:00～18:00

＜場所＞

札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ）
憩いの空間 北1条東（出入口7番と9番出入口の間）

＜内容＞

パネル展示 食器の移り変わり 給食実物展示
リーフレット 給食レシピ配布 給食についての
VTR 放映 など

札幌市学校栄養士会で行っております学校給食展が今年も上記の日程で開催されます。お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

第47回 学校給食展

きゅうしょくで学ぼう！
食べる楽しさ 大切さ

令和8年
とき 10月10日（土）
11:00～18:00

ところ 札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ）
憩いの空間 北1条東
（7番出入口と9番出入口の間）

内容 ●写真・パネル展示 ●食器の移り変わり ●給食実物展示 ●給食についてのVTR放映
●もぐもぐクイズ ●給食レシピ配布
●札幌市学校給食会共催によるパネル展示・パンフレットなどの配布
●札幌市農家協賛会によるパネル展示

主催／札幌市学校給食栄養士会 <https://www.s-eiyou.com> 共催／公益財団法人札幌市学校給食会
後援／札幌市教育委員会、札幌市小学校協会、札幌市中学校協会、札幌市PTA協議会、公益財団法人北海道学校給食会、札幌市農家協賛会